

INHALT

VORWORT DES AUTORS	6	FARBSTOFFE	23
VORWORT ZU DIESER AUSGABE	6	GERBSTOFFE	24
ÜBER DIESES BUCH	8	GLYKOSIDE	24
DIE AUSWAHL DER HEILPFLANZEN UND VORBEMERKUNG DES BEARBEITERS	8	SAPONINE	24
DIE EINFÜHRENDE KAPITEL DES BUCHES	8	ANORGANISCHE SUBSTANZEN	25
Richtiger Umgang mit Heilpflanzen		MUZILAGINOSA UND SCHLEIMSTOFFE	25
Pflanzliche Wirkstoffgruppen		PEKTIN	25
Zubereitung und Anwendung von Heilpflanzen		LEKTINE	26
Heilpflanzen in der Homöopathie		VITAMINE, MINERALSTOFFE UND SPURENELEMENTE	26
Heilkräuter als Gewürze			
Alte Kräuterbücher und ihre Autoren			
DIE HEILPFLANZEN DES BUCHES	9	HEILPFLANZEN ZUBEREITEN UND ANWENDEN	27
Diese Informationen finden sich in den		ANWENDUNG – INNERLICH UND ÄUSSERLICH	27
Heilpflanzen-Steckbriefen		VERGIFTUNG DURCH UNSACHGEMÄSSE ANWENDUNG	29
Der Anhang		Erste-Hilfe-Maßnahmen	
EINFÜHRUNG UND ANLEITUNG	13	HEILPFLANZEN IN DER HOMÖOPATHIE	30
		DAS WESEN DER HOMÖOPATHIE	30
		Ähnliches mit Ähnlichem behandeln	
		Die homöopathische Dosierung	
		Über die Therapie	
		VERZEICHNIS DER HOMÖOPATHIKA	32
GENAUE BESTIMMUNG VON HEILPFLANZEN	14	HEILKRÄUTER ALS GEWÜRZE	36
PFLANZENMORPHOLOGIE (BOTANIK)	14	RICHTIG WÜRZEN – GESÜNDER LEBEN	36
Die Wurzel · Der Spross · Die Blätter		Basilikum · Bohnenkraut · Dill · Gartenkresse	
Die Blüten · Die Früchte · Die Samen		Majoran · Melisse · Schnittlauch	
ÜBER DAS SAMMELN UND TROCKNEN VON HEILPFLANZEN	21	DIE GEWÜRZPFLANZEN AUF EINEN BLICK	38
PFLANZLICHE WIRKSTOFFGRUPPEN	22	ALTE KRÄUTERBÜCHER UND IHRE AUTOREN	46
ALKALOIDE	22	ALTERTUM	46
BITTERSTOFFE	23	MITTELALTER	48
ÄTHERISCHE ÖLE	23	RENAISSANCE UND NEUZEIT	49
		ZEITTAFEL	51

Ackerstiefmütterchen 54 · Agar-Agar 55 · Alant 56
Aloe 58 · Andorn 60 · Anis 61 · Arnika 63
Artischocke 65 · Augentrost 67 · Baldrian 68
Bärentraube 71 · Bärkapp 72 · Bärlauch 74
Basilienkraut 76 · Beifuß 77 · Beinwell 79
Berberitze (Sauerdorn) 80 · Besenginster 82
Bibernelle 83 · Bilsenkraut 85 · Birke 86
Bitterholz (Simaroubabaum) 88 · Bitterklee (Fieberklee) 89 · Bittersüßer Nachtschatten 91
Blasentang 92 · Bockshornklee 93 · Bohnenkraut 94
Boldo 96 · Brennnessel 97 · Brombeere 99
Bruchkraut 101 · Brunnenkresse 103
Buchweizen 104 · Chinarindenbaum 106 · Dost 108
Efeu 110 · Eibisch 111 · Eiche 114 · Eisenhut 115
Eisenkraut 117 · Engelwurz (Angelika) 118
Enzian 120 · Erdrauch 123 · Esche 124 · Esskastanie (Echte Kastanie) 126 · Eukalyptus 127 · Faulbaum 129
Fenchel 131 · (Roter) Fingerhut 133
(Wolliger) Fingerhut 134 · Flohsamenkraut 135
Frauenmantel 136 · Frühlings-Adonisröschen 138
Gänseblümchen 139 · Gänsefingerkraut 141
Galgant 142 · Gartenbohne 143 · Gewürznelke (Nelken) 145 · Ginkgo (Tempelbaum) 146
Ginseng 148 · Goldrute 150 · Gottesgnadenkraut (Gnadenkraut) 151 · Großer Wiesenknopf 153
Gundermann (Gundelrebe) 154 · Habichtskraut 156
Hafer 157 · Hagebutte (Heckenrose) 159
Hamamelis (Virginische Zaubernuss) 161
Hanf (Indischer Hanf) 162 · Haronga 164
Hauhechel 165 · Heidekraut/Erika 167
Heidelbeere 168 · Herbstzeitlose 170
Herzgespann 171 · Heublumen (Grasblüten) 173
Hibiskus (Rote Malve) 175 · Himbeere 176
Hirtentäschel 177 · Holunder 179 · Hopfen 181
Ingwer 183 · Ipecacuanha (Brechwurzel) 185
Isländisch Moos 186 · Johanniskraut 188
Kalmus 190 · Kamille 192 · Kampfer(baum) 195

Kanadisches Berufkraut 196 · Kapuzinerkresse 198
Kardamom 199 · Kardobenediktenkraut 200
Katzenpfötchen 202 · Kava Kava (Rauschpfeffer) 203
Kiefer / Latschenkiefer (Föhre) 204 · Kleinblütiges Weidenröschen 205 · Klette 206 · Knoblauch 208
Knotige Braunwurz 211 · Kondurango 212
Königin der Nacht (Cactus) 213 · Königskerze (Wollblume) 214 · Koriander 216 · Kornblume 218
Kreuzdorn 219 · Küchenschelle 221 · Kümmel 222
Kürbis 224 · Kurkuma 226 · Labkraut (Echtes oder Gelbes) 228 · Lavendel 229 · Lein 231
Liebstöckel 233 · Linde 235 · Löffelkraut 237
Löwenzahn 239 · Lorbeer 241 · Lungenkraut 242
Mädesüß (Spierstaude) 244 · Maiglöckchen 245
Majoran 246 · Malve 249 · Mariendistel 250
Mate (Paraguaytee) 252 · Meerrettich 253
Meerzwiebel (Scilla) 254 · Meisterwurz 255

Melisse 256 · Mistel 259 · Mönchspfeffer 261
Muskatnuss 262 · Myrrhe 263 · Nachtkerze 265
Nelkenwurz 267 · Nieswurz (Weißer Germer) 268
Odermennig 269 · Oleander (Rosenlorbeer) 271
Olive (Ölbaum) 272 · Orthosiphon (Indischer Blasen- und Nierentee) 274 · Pappel 275
Papaya (Melonenbaum) 276 · Paprika 277
Passionsblume 278 · Pastinake 280 · Petersilie 282
Pfefferminze 283 · Pockholz (Guajak, Franzosenholz) 285 · Pomeranze 286 · Quendel (Feldthymian) 288 · Ratanhia 290 · Raute 291
Rauwolfia (Schlangenwurzel) 293 · Rettich 294
Rhabarber 296 · Ringelblume (Calendula) 297 · Rittersporn 299 · Rizinus (Wunderbaum) 300
Rosmarin 301 · Rosskastanie 304 · Rotklee (Wiesenklee) 305 · Sägepalme (Sabal serrulata) 307
Salbei 308 · Sanddorn 310 · Sanikel 311
Sarsaparille 313 · Schachtelhalm (Ackerschachtelhalm) 314 · Schafgarbe 317 · Schlangenknöterich 319
Schlehe (Schlehendorn) 321 · Schlüsselblume (Primel) 322 · Schwalbenwurz 324
Schwarze Johannisbeere 325 · Schwarzer Pfeffer 327

Schwarzkümmel 328 · Seidelbast 330
Seifenkraut 331 · Senf 333 · Senna 335
Silberdistel 336 · Sonnenblume 337 · Sonnenhut (Echinacea) 339 · Sonnentau 341 · Spargel 343
Spitzwegerich 345 · Stechapfel 347 · Steinklee 349
Stinkender Storhschnabel (Ruprechtskraut) 350
Stockrose 352 · Süßholz 353 · Taigawurzel (Eleutherococcus) 355 · (Weiße) Taubnessel 356
Tausendgüldenkraut 358 · Teestrauch 360
Teufelskralle 361 · Thuja (Lebensbaum) 363
Thymian 363 · Tollkirsche (Belladonna) 366
Tormentill (Blutwurz, Aufrechtes Fingerkraut) 368
Traubensilberkerze 370 · Wacholder 372
Waldmeister 374 · Walnuss 375 · Wegwarte 377
Weide 379 · Weißdorn 380 · Wermut 383
Wohlriechendes Veilchen 385 · Wolfstrapp 387
Wundklee 388 · Wurmfarn 390 · Ysop 391
Zimtrinde (Ceylonzimt) 392 · Zwergholunder (Attich) 394 · Zwiebel (Küchenzwiebel) 395

Ackergauchheil 400 · Alpenampfer 401
 Alpenveilchen 401 · Amerikanischer Schneeball 402
 Angosturabaum 402 · Aronstab 402 · Asant 403
 Bärenklau (Wiesenbärenklau) 404
 Baumwollpflanze 404 · Benzoe 405
 Bergamotte 405 · Bertram 406 · Betelnuss
 (Arekpalme) 406 · Betonie (Ziest) 407
 Bingelkraut 407 · Brechnuss 408 · Buche
 (Rotbuche) 409 · Bukkostrauch 409
 Citronellgras 410 · Dill 410 · Diptam 411
 Eberesche 412 · Einbeere 413 · (Wald-)Erdbeere 414
 Erdnuss 415 · Eselsdistel 415 · Euphorbium 416
 Fabianakraut 416 · Färberginster 417
 Feigenbaum 418 · Flatterbinse 418
 Frauenwurzel 418 · Gamander 418 · Geißraute 419
 Gefleckter Schierling 419 · Gelber Jasmin 420
 Gewürzsumach 420 · Giftsumach, eichen-blättriger 421 · Granatapfelbaum 421 · Guarana 422
 Haselwurz 422 · Hauswurz 423 · Hohlzahn 424
 Huflattich 425 · Jaborandistrauch 426
 Jalape 426 · Johannisbrotbaum 427
 Kaffeestrauch 427 · Kakaobaum 428 · Kanadische Gelbwurzel 428 · Kartoffel 429 · Katechu 429
 Kokastraub 429 · Kolanuss 430 · Koloquinte 430
 Kopaivabaum 431 · Kubebe 431 · Laminaria 431
 Lobelienkraut 431 · Mais 432 · Mandelbaum (bittere Variante) 433 · Mandelbaum (süße Variante) 433
 Manna-Esche 433 · Maranta (Pfeilwurz) 434
 Mastix-Pistazie 434 · Muira-Puama 435 · Olibanum (Weihrauchbaum) 435 · Perubalsam 435
 Pfaffenhütchen 436 · Pfingstrose 437 · Physalis 438
 Pimentbaum (Nelkenpfeffer) 438 · Podophyllum 439
 Purgierlein 439 · Quassie (Simaroubabbaum) 440
 Quebracho 440 · Quitte 440 · Rhododendron 441
 Rosmarinheide 441 · Sabadille 442 · Sadebaum 442
 Safran 443 · Salbeigamander 444
 Schleifenblume 444 · Schwertlilie 444 · Sesam 445

Stechpalme 445 · Styrax (Amberbaum) 446
 Sumpfporst 446 · Syzygium (Jambulbaum) 447
 Traubenkraut (Ambrosia) 447 · Uzara 447
 Vanille 448 · Wasserfenchel 448 · Weizen 449
 Yohimbe 449 · Zitronenbaum 450 · Zitwer 450
 Zitwerwurzel(stock) 451

ZUM NACHSCHLAGEN 453

LITERATUR	454
BESCHWERDENREGISTER	458
SACHREGISTER	468
BILDNACHWEIS	502
IMPRESSUM	504